Costumbres de higiene personal

Concepto de Costumbres de higiene personal

Costumbres de higiene personal:

Los atributos con los cuales Al-lah creó a la gente y que la persona debe mantener para conservar una buena apariencia y atributos físicos.

‘‘Aisha, que Al-lah esté complacido con ella, dijo: “Dijo el Mensajero de Al-lah, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él: ‘Diez son costumbres de higiene personal: cortarse el bigote, dejarse la barba, el cepillo dental, sonarse la nariz con agua, cortarse las uñas, lavarse los nudillos de los dedos, depilarse las axilas, rasurarse el vello púbico, economizar el agua y Al Madmada” [Lo citó Muslim] .

1. As-Siwak, el cepillo de dientes

As-Siwak, el cepillo de dientes:

Originalmente consiste en un palo, del árbol de Al Arak, que se usa para limpiar los dientes de los restos de alimento y otras cosas.

El siwak es recomendado en todas las ocasiones, por las palabras del Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él: “El siwak es purificador de la boca y provoca la complacencia de Al-lah” [Lo citó Ahmad].

Su uso es más recomendado, sin embargo, en los siguientes momentos:

1. Al realizar el wudu’.

Pues dijo el Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él:“Si no fuese a dificultar las cosas a mi gente les ordenaría cepillarse los dientes en cada wudu’” [Lo citó Ahmad].

2. Al rezar.

Pues dijo el Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él:“Si no fuese a dificultar las cosas a mi gente les ordenaría cepillarse los dientes en cada rezo” [Muttafaq ‘alaih].

3. Al entrar a la casa.

Al Miqdam relata que su padre, que ‘Aisha, que Al-lah esté complacido con ella, dijo: “Le dije a ‘Aisha, que Al-lah esté complacido conella: ‘¿Qué era lo primero que hacía el Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él, al entrar a su casa?’ Y ella dijo: ‘Cepillarse con el siwak’” [Lo citó Muslim].

4. Al despertarse de dormir.

Dijo Hudhaifa, que Al-lah esté complacido con él: “El Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él, solía frotar su boca con el siwak al despertarse por la noche” [Lo citó Al Bujari].

5. Al recitar el Corán.

‘Ali ibn Abi Talib, Que Al-lah esté complacido con él, ordenó el uso del siwak y dijo: “Dijo el Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él: “Cuando la persona se cepilla los dientes y luego se pone a rezar, se levanta detrás de él un ángel que escucha su recitación. Se acerca tanto a él que llega a poner su boca frente a la boca de la persona. Así que lo que sale de la boca de la persona de recitación coránica entra al interior del ángel, así que purifiquen sus bocas para el Corán” [Lo citó Al Bazzar].

2. Al Madmada y Al Istinshaq.

Al Madmada:
Introducir agua en la boca y enjuagarse con ella.

Al Istinshaq:
Introducir agua en las fosas nasales al inspirar.

3. Al istinya’

Al Istinya’

Consiste en lavar con agua purificante la impureza que sale del ano o del pene.

4. Recortarse el bigote.

Se refiere a mantenerlo siempre muy corto, por lo que ello significa de buena presencia, higiene y diferenciarse de los incrédulos.

5. Dejarse la barba.

Significa dejarla crecer sin cortarla.

Rasurarse la barba

Rasurarse la barba es un pecado porque contradice la orden clara de dejarla crecer. Dijo el Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él: “Mantengan a raya sus bigotes[“Mantengan a raya sus bigotes…”: recórtenlos bien] y den libertad a sus barbas[“… den libertad a sus barbas”: no las recorten], diferénciense de los zoroastrianos” [Lo citó Muslim].

6. Rasurarse el vello púbico.

Rasurarse el vello púbico.

Consiste en rasurar el vello que crece en el pubis, encima de los órganos sexuales.

Beneficio de rasurarse el vello público.

Esta costumbre ha demostrado científicamente ser muy saludable para el cuerpo, pues el crecimiento excesivo del vello púbico produce irritaciones cutáneas muy dañinas.

7. La circunsición

La circunsición masculina (Al Jitan). **La circunsición masculina (Al Jitan).**

Consiste en retirar el cuero excedente que recubre la glande del pene.

La circunsición femenina (Al Jifad).

Consiste en retirar la carnosidad excesiva encima de la vagina.

La circunsición masculina y la femenina son distintas y propias cada una de su sexo. El Profeta, la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él, le dijo a Umm ‘Atia, que Al-lah esté complacido con ella: “Se debe retirar la carnosidad excesiva y no cortarlo totalmente, eso es mejor para ella y será mejor también para su esposo” [Lo citó Al Hakim].

La circunsición masculina es obligatoria, mientras que la circunsición femenina no es sino Sunna.

La sabiduría detrás de la circunsición es eliminar el pliegue cutáneo que recubre el glande y donde se acumula suciedad.

8. Cortarse las uñas.

Consiste en recortarlas para que no crezcan excesivamente.

9. Depilarse las axilas.

Consiste en retirar el vello de las axilas, pues eso conlleva una mejor higiene y evita malos olores que provocan la presencia de este vello en las axilas.

10. Lavarse los nudillos de los dedos.

Los nudillos.
Se refiere a las articulaciones que unen las falanges de los dedos de la mano.

Algunos eruditos le agregan lavar la suciedad de las orejas, el cuello y algunas otras partes del cuerpo.